

Coup d'œil sur les Compagnons

DÉCEMBRE 2013



COLLÈGE DES
COMPAGNONS
DYNAMISME PROJETS-ÉTUDES

collegedescompagnons.com

Une récompense exceptionnelle pour Jacques Bissonnette

Le 21 novembre dernier, les trois récipiendaires de l'édition 2013 du concours d'écriture de la Société historique de Québec ont été reçus à l'Hôtel de Ville de Québec afin de souligner leur réussite. Ainsi, Jacques Bissonnette, un élève du PROTIC 4^e secondaire, a été invité à signer le livre des invités de la Ville de Québec en présence de



Sommaire

Une récompense exceptionnelle pour Jacques Bissonnette.....	1
Deux anciens du Protic – éditeurs.....	2
Le Museomix : une expérience enrichissante.....	2
ADO-Électronique – Cours d'informatique aux aînés.....	3
Un collège innove et vise la persévérance scolaire.....	4
Le «Parlement des Compagnons» visite le Parlement de Québec.....	5
Prévenir l'intimidation.....	5
Promouvoir la motivation scolaire.....	5
Lancement de la vie étudiante : une exposition bien spéciale.....	6
Des Compagnons à la Course à la vie... «Ils ont couru pour leur futur».....	6
Parce que manger des fruits et des légumes ça peut être bon et l'fun.....	7
Nos mousquetaires.....	8

Mme Julie Lemieux, responsable de la culture et vice-présidente du conseil exécutif de la Ville, de M. Jean Dorval, président de la Société historique de Québec, et de M. Jacques Lacoursière, historien de renom et président d'honneur de l'édition 2013 du concours.

C'est grâce à son texte intitulé *Un hôtel aux allures de château*, qui décrivait avec originalité l'histoire du Château Frontenac, que Jacques s'est vu décerner le 3^e prix du concours d'écriture. Cette récompense était accompagnée d'une bourse en argent, mais aussi d'un repas au restaurant l'Astral

et d'une visite de Québec en hélicoptère.

Le concours d'écriture de la Société historique de Québec, créé dans la foulée des fêtes du 400^e anniversaire de Québec afin de stimuler l'intérêt des jeunes pour l'histoire de notre ville, invite les élèves de 3^e et 4^e secondaire à explorer notre histoire sous un nouvel angle. Parmi les quelque 300 textes reçus l'an dernier, seuls trois d'entre eux ont été retenus par le jury, ce qui rend d'autant plus exceptionnel le prix remporté par Jacques !

Deux anciens du Protic - éditeurs

Dans le cadre du cours Univers Médiatique offert aux élèves du Protic 5^e secondaire, Karolanne Pageau et Jérémy Côté, anciens élèves du programme, aujourd'hui au Cégep, ont pris en charge la conception graphique d'un livre de recettes destiné à amasser des sous pour le CPE Mistigri.

Il y a un an aujourd'hui, le CPE Mistigri s'est associé au Collège des Compagnons pour la conception d'un livre de recettes tant de fois demandé par les parents des enfants du CPE. À partir d'une sélection de recettes « coup de cœur » des enfants, tout en conservant le mandat d'une cuisine rapide et santé, monsieur Patrick Favreau, enseignant de 5^e secondaire au PROTIC, et madame Isabelle Nadeau, également enseignante au Collège des Compagnons et membre du CA du CPE Mistigri, ont accompagné Karolanne et Jérémy dans la réalisation de ce projet en les encourageant et en les guidant de belle façon dans leur engagement, leur créativité et leur persévérance tout au long de la dernière année. Un bel exemple de partenariat réussi et enrichissant pour tous les intervenants impliqués.

Nos jeunes sont capables de tellement de belles choses quand on leur donne l'opportunité de s'investir dans un projet qui les inspire! Leur permettre de développer leurs compétences tout en participant à un projet destiné aux enfants présente un beau message.

Pour vous procurer un exemplaire du livre de recettes, adressez-vous par courriel à isabelle.nadeau@csdecou.qc.ca ou contactez directement madame Johanne Marquis, directrice générale du CPE Mistigri au **418-654-4372**.



Le Museomix : une expérience enrichissante

Grenoble, Lens, Nantes, Paris, Shropshire et Québec. Qu'ont en commun ces villes ? Du 8 au 11 novembre, chacune de ces villes ont eu le plaisir de tenir l'événement international Museomix. Cette année, seize élèves du programme Protic y ont participé. Mais qu'est-ce qu'un Museomix ? Essentiellement, Museomix est un événement qui rassemble chaque année dans les musées des designers, des informaticiens, des experts de contenus et des communicateurs afin de créer des prototypes numériques qui permettent de réinventer les musées.

Invités par le Collectif Museomix, nos élèves avaient comme responsabilité de réaliser une courte vidéo sur l'événement et d'en faire la promotion à travers différents réseaux sociaux. Cette expérience, très enrichissante, leur a permis de mettre en pratique leurs compétences entrepreneuriales, la résolution de problème en collaboration ainsi que leurs compétences technologiques.

Tout au long des trois jours de l'événement, les élèves ont :

- Produit des capsules vidéos telles que des entrevues, des « Vox pops », des faits marquants et un résumé des journées;
- Créé et géré la page Facebook « Museomix Québec jeunesse » afin de diffuser des articles et des photos du Museomix Québec;
- Alimenté le fil Twitter « @Museomixqcjeune » afin d'informer les jeunes de l'action en temps réel.

ADO-Électronique

Cours d'informatique aux aînés

ADO-Électronique, la micro-entreprise de recyclage et de reconditionnement informatique du Collège des Compagnons, a développé un sérieux partenariat avec la Caisse Desjardins de Ste-Foy.

Pour l'année scolaire 2013-2014, la micro-entreprise ADO-Électronique a ajouté une nouvelle vocation tout en poursuivant ses activités premières. Dans le but de servir la communauté, deux élèves

possèdent d'un ordinateur reconditionné. ADO-Électronique a reçu une généreuse subvention de la Caisse Desjardins de Sainte-Foy d'une valeur de 25 000\$ lors d'une soirée qui avait lieu au Cégep de Ste-Foy.

Le contenu des formations portera sur l'utilisation de Windows, la gestion des fichiers, des photos et d'une imprimante, le fonctionnement de Google et d'Internet, l'utilisation d'une



Marie-Claude Arsenault, conseillère stratégique en communication, Louis Migotto, enseignant en adaptation scolaire, Carl Guillette, élève responsable d'ADO-Électronique, Marie Desjardins, enseignante en adaptation scolaire et monsieur Louis Babineau, président du conseil d'administration de la Caisse Desjardins.

de la micro-entreprise offriront de la formation aux personnes du 3^e âge pour les initier à l'ère informatique. Ce projet se veut en continuité avec le reconditionnement d'ordinateurs, puisqu'à la suite de la formation reçue par des élèves du programme de Formation Préparatoire au Travail, la personne du 3^e âge pourra prendre

adresse de courrier électronique, l'utilisation de Facebook et Skype.

ADO-Électronique est vraiment très fière de son précieux partenariat avec la Caisse Desjardins de Ste-Foy sans qui toutes les activités qui permettent aux jeunes de se développer n'auraient pas lieu.

Une belle performance en taekwondo

Le 10 novembre dernier s'est tenu la 6^e édition du Tournoi de la Relève de taekwondo ITF à Québec. Cette compétition régionale regroupait près de 150 athlètes de partout dans la région. Un de nos élèves, M. Louis-Philippe Robichaud, a offert une superbe performance en remportant deux médailles d'argent lors de cette compétition. M. Robichaud, ceinture rouge deux barres noires, est l'entraîneur de l'École de taekwondo de la Citadelle. Louis-Philippe s'est également démarqué par son respect des règles entourant la pratique du taekwondo soit la courtoisie, l'intégrité, la persévérance, le contrôle de soi et le courage.



Le collège innove et vise la persévérance scolaire

Encore cette année, le Collège des Compagnons a initié des projets afin de mieux accompagner et de mobiliser ses élèves vers la réussite. Toujours réalisés avec des partenaires, ces différents projets de recherche action sont aussi source de collaboration entre les enseignants et les professionnels.

Une 3^e subvention pour le développement des sciences

Pour une 3^e année, le Collège des Compagnons a vu un autre de ses projets « *Vivre en 3D : Défis, Découvertes, Design* » retenu par la Conférence des élus de la Capitale-Nationale pour une allocation de 13 000 \$. En plus de développer le sens critique et la curiosité pour les sciences chez les élèves, la série d'activités a pour but de maintenir l'intérêt pour les sciences tout au long du secondaire et de bonifier le programme dans un environnement stimulant en favorisant les apprentissages et la persévérance scolaire. Tous les élèves des trois parcours scolaires, soit la concentration Les sciences.com, le programme PROTIC tout comme les programmes d'adaptation scolaire, participeront aux projets et aux différentes activités.

Le Collège des Compagnons participe au projet de recherche de l'UQAR en mathématique

C'est l'Université du Québec à Rimouski qui voit à la mise en œuvre d'un comité de travail qui vise à développer la pensée algébrique chez les élèves et à l'élaboration d'outils pédagogiques pour les enseignants du premier cycle du secondaire. Deux enseignants de la concentration les sciences.com, Laurent Girard et Claude Nadeau, participent étroitement avec les chercheurs de l'Université du Québec à Rimouski (UQAR) à développer des pratiques plus efficaces au développement de la pensée algébrique auprès des élèves de la première et de la deuxième année du secondaire.

Math à l'emploi

Notre projet émerge de la problématique d'une faible progression et des difficultés persistantes en mathématique des élèves en formation préparatoire à l'emploi et ceux de la formation menant à l'exercice d'un métier semi-spécialisé. Notre intention est de renforcer les liens entre situations de stage et situations de classe. Ces travaux sont réalisés en collaboration avec les chercheurs/enseignants particulièrement avec madame Mélanie Tremblay de l'Université du Québec à Rimouski (UQAR) et les enseignants du Collège. Ces recherches auront aussi des liens avec les autres programmes de mathématique au Collège. C'est grâce à une subvention de 70364 \$ sur deux ans du Programme de soutien à la recherche et au développement en adaptation scolaire et à un partenariat depuis plusieurs années avec l'UQAR que nous pourrions étudier les procédures appliquées par les travailleurs dans leur exercice afin d'y dégager les mathématiques implicites à leur travail pour les ramener dans la classe.

L'écriture SympaTIC

Dans le cadre du programme de soutien à la recherche et au développement en adaptation scolaire, le sous-ministre de l'Éducation du Loisir et du Sport, monsieur Bernard Matte, a accordé au Collège des Compagnons une somme de 25 000 \$ pour améliorer les compétences en écriture et en lecture et rehausser l'estime de soi chez les élèves en difficulté d'apprentissage par l'entremise d'un projet d'écriture favorisant l'acquisition de stratégies en écriture et en lecture qui alliera les technologies et la concertation entre les enseignants et l'orthopédagogue.

Promouvoir la motivation scolaire

Pour une 3^e année, le Collège privilégie la mobilisation des jeunes. C'est avec la participation de l'équipe de madame Thérèse Laferrière de l'Université Laval que 12 élèves ont eu la chance d'assister à des parties de basketball et de volleyball. Ils ont aussi été invités au PEPS et monsieur Gilles Lépine, directeur du programme d'excellence Rouge et Or, a su susciter par son témoignage l'intérêt et l'attention des jeunes. Ces sorties sont associées à un projet entrepreneurial supervisé par l'équipe de madame Thérèse Laferrière de l'Université Laval, un projet qui est à ses débuts et qui se réalisera tout au long de l'année scolaire.

Prévenir l'intimidation

Dans le cadre des activités reliées au plan de la lutte contre l'intimidation, des élèves de 4^e secondaire ont assisté à une conférence donnée par le groupe QW4RTZ qui avait pour but de traiter différents sujets en lien avec la prévention : intimidation, estime de soi, persévérance, etc.

Le « Parlement des Compagnons » visite le Parlement de Québec



Les élèves élus députés de leur groupe-classe au « Parlement des Compagnons » ont eu la chance de visiter le Parlement de Québec, de s'entretenir avec le député de Louis Hébert, monsieur Sam Hamad, et par la suite d'assister à la période de questions. Cette activité avait pour but de leur faire découvrir la richesse de notre histoire démocratique et de mieux comprendre le fonctionnement de l'Assemblée nationale. Cette sortie éducative a permis aux élèves d'approfondir le sens de leur engagement dans la vie étudiante du Collège.

Lancement de la vie étudiante : une exposition bien spéciale !

Les jeunes du Collège ont été conviés à une exposition très spéciale cet automne alors que l'agora étudiante s'est littéralement transformée en marché de la vie étudiante. Tous les intervenants impliqués dans les activités sportives, artistiques, culturelles et de loisirs ont monté un kiosque afin de présenter ce qu'ils avaient à offrir aux élèves.

Un impressionnant total de 37 kiosques dévoilant l'éventail des activités ont été présentés aux élèves tout au long de cette journée afin de leur donner toutes les informations sur le contenu des activités disponibles cette année. Il est important de noter que les élèves avaient la chance de s'inscrire directement sur place. Un record d'inscriptions a été réalisé. Les élèves du Parlement étudiant, fraîchement élus, ont réalisé cette initiative accompagnée par les intervenants de la vie étudiante.

Pour en savoir plus sur la programmation, visitez le lien :

<http://www.csdecou.qc.ca/collegedescompagnons/files/2013/09/programmation-parascolaire-2013-2014.pdf>

Parions que cette démonstration de vivacité de notre milieu se propagera à l'ensemble des élèves qui pourront, en dehors de leurs cours, se développer et s'investir dans leur champ d'intérêt.



Des Compagnons à la Course à la vie... « Ils ont couru pour leur futur... »

Une vingtaine d'élèves ont participé à la « Course à la vie ». Ils ont couru ou marché 5 km commandités par leur famille et amis. Ce groupe de jeunes a amassé un montant de 1 900\$ pour lutter contre le cancer du sein. Nous les félicitons puisque leur implication leur a permis de gagner le « Défi pleins sports » de la Fondation du cancer du sein du Québec pour avoir été l'équipe du milieu scolaire qui était la plus nombreuse. Lors d'un des tirages, un élève s'est mérité un chandail des Remparts autographié par Patrick Roy et 10 autres élèves ont reçu des billets pour assister au match des Remparts de leur choix.



Parce que manger des fruits et des légumes, ça peut être bon et l'fun !

Le Collège des Compagnons a à cœur de provoquer des associations afin d'enrichir sa mission auprès des élèves. Nous sommes six étudiantes en nutrition de l'Université Laval qui avons travaillé l'hiver dernier à évaluer les besoins nutritionnels auprès de deux groupes d'élèves de 3^e secondaire. Cet automne, nous avons tenté, par différents moyens, de promouvoir la consommation de fruits et de légumes chez les jeunes. La recherche scientifique a démontré que les adolescents ne consomment pas assez de fruits et de légumes par rapport à leur groupe d'âge selon les recommandations du Guide Alimentaire Canadien.



Le sondage que nous avons réalisé auprès de deux classes de troisième secondaire a indiqué les mêmes résultats. En effet, seulement 36 % des élèves ont répondu qu'ils mangeaient plus de 5 fruits et légumes par jour, alors que les recommandations à cet âge sont de 7 à 8 portions par jour. Tout porte à croire que les résultats obtenus avec notre échantillon soient similaires dans les autres niveaux du secondaire.

Les fruits et légumes c'est bon, mais savez-vous pourquoi ?

Les fruits et légumes sont riches en vitamines et minéraux et sont pauvres en calories. Ils contiennent des substances qui protègent contre des maladies comme certains cancers, les problèmes cardiovasculaires, l'obésité et ont une action protectrice sur la santé pulmonaire. Une alimentation riche en fruits et légumes offre un apport important en fibres. Ces dernières permettent de diminuer la constipation, mais aussi d'offrir une sensation d'avoir le ventre plein, donc de ne pas avoir toujours faim. L'analyse des questionnaires nous a révélé que le tiers des élèves mangeraient plus de fruits et de légumes si leurs parents en achetaient davantage, si la variété était plus grande et s'ils en mettaient dans leur lunch. Nous considérons que vous, parents, avez un rôle important à jouer et nous vous invitons non seulement à garnir vos frigos et les boîtes à lunch de fruits et de légumes, mais aussi à les présenter de différentes façons, à encourager vos enfants à en manger plus et à les féliciter lorsqu'ils le font. Les fruits et légumes n'ont pas besoin d'être terriblement exotiques, mais une bonne variété fait en sorte que les adolescents en mangent davantage, c'est démontré.

De notre côté, nous avons organisé un quiz interactif pour mieux renseigner les jeunes sur les bienfaits des fruits et des légumes et avons également réalisé une activité de cuisine de 4 recettes pour leur montrer qu'il est non seulement bon, mais aussi facile de manger et de préparer des fruits et des légumes. Un guide de recettes a été élaboré pour suggérer des trucs simples, rapides et bons. Vous pouvez le consulter sur le site internet du Collège des Compagnons (www.collegedescompagnons.com).

Nous vous invitons, chers parents, à vous lancer un défi en famille et à manger un fruit ou un légume de plus par jour, que ce soit au déjeuner, au dîner, au souper ou en collation. Si c'est bon pour eux, c'est bon pour nous tous !

Cloé Paradis, Élizabeth Nadeau, Caroline Vaillancourt, Véronique Thibault, Clémence de la Durantaye et Maude Tessier-Grenier.

Nos mousquetaires

Natation

Nos nageurs et nageuses ont commencé leur saison en force et leurs performances leur ont permis de s'installer en première position au classement devant les six autres clubs de natation scolaire membre du réseau du sport étudiant de Québec-Chaudière-Appalaches (RSEQ-QCA).



Hockey

Nos trois équipes de hockey interscolaire ont un excellent début de saison 2013-2014.

Suite à leur participation au premier tournoi du sport étudiant, au Centre sportif de Sainte-Foy, notre équipe benjamin division 3-b a terminé la journée avec deux victoires par le pointage de 10 à 1 par deux fois. Elle a également très bien performé lors du 2e tournoi le 26 novembre en remportant les deux parties par le pointage de 10 à 0 et de 3 à 2 afin de consolider leur 1^{er} rang au classement de la section-rouge.

Notre équipe cadette division 3 a également très bien performé lors des deux premiers tournois. Elle a une fiche de trois victoires et une seule défaite, ce qui les place en 2^e position au classement régional du RSEQ-QCA dans la section-rouge. Elle sera de retour sur la patinoire lors du prochain tournoi le vendredi 6 décembre au PEPS de l'Université Laval.

Nos joueurs de l'équipe juvénile 2-b ont uni l'intensité au talent afin de remporter les deux premières parties lors du tournoi du 6 novembre à Montmagny. Malheureusement, ils ont subi la défaite à deux reprises lors du dernier tournoi à St-Jean-Port-Joli, jouant ainsi pour une moyenne de 500. Ils seront en action le 10 décembre prochain afin de participer à leur dernier tournoi avant la période des Fêtes.

Basketball

Nous comptons sept équipes de basketball au Collège des Compagnons. Quelques parties ont déjà eu lieu depuis le début du mois de novembre pour certaines de nos équipes.

Après quatre parties, notre équipe féminine cadette se retrouve en 4^e position au classement avec trois victoires et une défaite. Soulignons que plusieurs joueuses de l'équipe en sont à leur première année d'expérience en basketball.

Nos benjamins masculins division 2-b ont déjà disputé trois parties de leur calendrier et ils sont en tête de liste avec deux victoires et une seule défaite.

